

MENOTON, formule scientifiquement soutenue pour moins de symptômes de la périménopause et en prévention de l'ostéoporose postménopausique.

Lorsque les ovaires sécrètent progressivement moins d'œstrogènes et de progestérone, et que les cycles menstruels, après avoir été irréguliers, cessent totalement, alors, la femme a atteint la ménopause (normalement entre 45 et 55 ans). Dans la période avant et après la ménopause ou la « périménopause », il peut se produire des symptômes de retour d'âge désagréables. Avec MENOTON de Mannavital il existe maintenant un complément alimentaire qui rend la transition plus supportable: il contient pour cela non seulement un extrait de houblon scientifiquement étudié (LIFENOL®) qui compense le taux d'œstrogènes diminué, mais puisque les symptômes de retour d'âge ont également un rapport avec le vieillissement des vaisseaux sanguins et qu'à partir de la ménopause le processus d'athérosclérose s'accélère, MENOTON contient avec OLIGOPIN® également un extrait d'OPC (procyanidines oligomères) scientifiquement étudié, extrait de l'écorce du pin maritime. MENOTON ne contient pas de soja.



Ingrédients actifs par capsule végétale MENOTON:

- 85 mg extrait de houblon (*Humulus lupulus*), standardisé à 15 % à 25 % 8-prénylnaringénine (LIFENOL®)
 - 60 mg extrait d'écorce de pin marin (*Pinus pinaster*), standardisé à 67 % OPC ou procyanidines oligomères (OLIGOPIN®)
 - 6 mg vitamine B6, sous forme de pyridoxal-5-phosphate (= 429 % AJR*)
- * AJR = Apport Journalier Recommandé

Utilisation: 1 capsule/jour.

En cas d'antécédents de tumeurs malignes du sein ou du (col de) l'utérus : uniquement sur ordonnance médicale.

Principales indications de MENOTON:

1. TROUBLES de la (PERI)MÉNOPAUSE OU DE RETOUR D'ÂGE: les troubles tels que les bouffées de chaleur, les sueurs nocturnes, la sécheresse vaginale, une baisse de libido, une sensibilité accrue aux infections de la vessie, l'insomnie, l'apathie, l'irritabilité et une humeur dépressive peuvent tous apparaître comme troubles de la périménopause. Ils sont en grande partie attribués à la baisse soudaine du taux d'œstrogènes autour de la ménopause. Il existe dans la nature des plantes qui contiennent des « phytoœstrogènes » et qui par une liaison sur les récepteurs d'œstrogènes inoccupés – à un dosage correct – assurent un léger stimulus inoffensif sur les œstrogènes. Dans de nombreux cas, cela peut soulager substantiellement les symptômes de la ménopause. A cet effet, MENOTON contient un extrait d'houblon scientifiquement étudié, LIFENOL®, qui fournit en tant que principal phytoœstrogène la 8-prénylnaringénine, une substance qui présente une plus grande affinité pour les récepteurs des œstrogènes alpha (ER- α) que p.ex. la génistéine et la daïdzéine de soja et que le coumestrol du trèfle rouge. LIFENOL® a démontré son efficacité dans 2 études cliniques. Dans une étude de 12 semaines sur 84 femmes ménopausées, la prise de l'extrait d'houblon montrait après 6 semaines déjà une diminution significative des symptômes de la périménopause (mesuré selon l'index Kupperman), avec 3 fois moins de bouffées de chaleur et 2 fois moins de sueurs nocturnes par rapport au placebo, alors que le confort général était également mieux avec moins d'insomnie, d'irritabilité et de palpitations¹. Afin de désactiver l'effet placebo, on a administré lors d'une deuxième étude sur 40 femmes ménopausées les 6 premières semaines un extrait d'houblon au groupe 1 et un placebo au groupe 2 pour passer les 6 semaines suivantes dans le groupe 1 sur le placebo et dans le groupe 2 sur l'extrait d'houblon. Une fois de plus, le résultat démontrait que l'extrait d'houblon réduit nettement mieux les troubles de la périménopause (mesuré selon Menopause Rating Scale) que le placebo². LIFENOL® a également démontré la sécurité. Dans une première étude, on a remarqué que l'extrait de houblon n'avait pas d'influence sur l'utérus (et n'y provoque ou accélère donc pas d'éventuels processus malins), mais qu'il exerçait une légère influence bénéfique sur le tissu vaginal³. Dans une deuxième étude, il a été démontré que l'extrait de houblon n'induit ou ne stimule pas de processus malins dans le tissu du sein⁴. Pour un effet optimal sur les symptômes de la périménopause, MENOTON contient avec OLIGOPIN® également un extrait d'écorce de pin maritime spécial comme source de procyanidines oligomères. L'objectif est avant tout de modérer l'instabilité de la paroi vasculaire et les symptômes inflammatoires, qui sont également à l'origine de nombreux troubles de la ménopause. En effet, les œstrogènes exercent notamment des effets protecteurs e.a. sur les parois des vaisseaux sanguins et de nombreux autres tissus et leur baisse peut contribuer à des troubles gênants et à une évolution accélérée d'athérosclérose. Dans une étude effectuée sur 170 femmes en périménopause, on a remarqué que la prise quotidienne de 60 mg d'extrait d'écorce de pin maritime réduisait de façon significative les troubles de la ménopause (selon le Women's Health Questionnaire et l'Index Kupperman) par rapport au placebo, avec une amélioration remarquable des bouffées de chaleur, des sueurs nocturnes et des troubles du sommeil⁵. Enfin, MENOTON contient également la vitamine B6 sous sa forme active et facilement absorbable : pyridoxal-5-phosphate. Cette vitamine contribue notamment au maintien d'un équilibre hormonal optimal.

2. PREVENTION D'OSTEOPOROSE POST-MENOPAUSIQUE: une des conséquences de la ménopause est le fait que les cellules osseuses ostéoclastiques (les ostéoclastes) sont moins freinées à cause de la baisse du taux d'œstrogènes et que le processus de l'ostéoporose évolue ainsi plus vite. On pense que les plantes contenant des phytoestrogènes peuvent ralentir ce processus. On a déjà démontré de l'extrait d'houblon en cultures de cellules que le composant clé, la 8-prénylnaringénine, effectue un stimulus œstrogène sur le tissu osseux⁶. Dans une étude sur des animaux, il a également été démontré que la perte osseuse induite par l'ablation des ovaires (et donc par la baisse du taux d'œstrogènes) peut être totalement évitée grâce à la 8-prénylnaringénine du houblon⁷. Cela implique que **MENOTON** contribue également à la prévention et l'inhibition de l'ostéoporose post-ménopausique.

3. PREVENTION DES MALADIES CARDIOVASCULAIRES: les œstrogènes exercent une protection importante sur les vaisseaux sanguins, ce qui permet d'observer qu'après la ménopause, le risque de maladies cardiovasculaires augmente fortement. MENOTON peut contribuer ici dans deux domaines de prévention. D'une part, il y a l'extrait d'houblon qui exerce avec la 8-prénylnaringénine un léger effet phytoestrogène. Mais c'est surtout de l'extrait d'écorce de pin maritime riche en OPC que diverses études ont démontré l'effet protecteur vasculaire, avec un accent particulier sur l'amélioration de la microcirculation, qui est spécifiquement perturbée chez les femmes post-ménopausées.

Comment combiner MENOTON pour encore plus de succès:

- pour une meilleure action au niveau de l'équilibre hormonal, libido:
- avec **MACA PLATINUM**, avec **MARINEPA GOLD + vit D**
- pour une meilleure protection contre l'ostéoporose post-ménopausique:
- avec **OSTEOTON** (ou la combinaison **VITAMINE D3 PLATINUM + VITAMINE K2 PLATINUM**) et **SILICIUM PLATINUM**
- pour une plus grande protection contre les maladies cardiovasculaires:
- avec **Aged Garlic Extract®** ou ail fermenté **KYOLIC EPA PLUS K2, KYOLIC PLATINUM, KYOLIC ONE A DAY** et avec **MARINEPA GOLD + vit D**
- pour une meilleure protection des cellules, dans la prévention des symptômes de vieillesse:
- avec **SELENIUM All Natural Antioxidant Complex** et/ou **ASTAXANTHINE PLATINUM** et/ou **UBIQUINOL PLATINUM**
- pour une meilleure protection contre les infections répétées de la vessie:
- avec **CRANBIOTON**

Références:

1. Heyerick et al. A first prospective, randomized, double-blind, placebo-controlled study on the use of a standardized hop extract to alleviate menopausal discomforts. *Maturitas*. 2006;54(2):164-75
2. Erkkola, R., et al., A randomized, double-blind, placebo-controlled, cross-over pilot study on the use of a standardized hop extract to alleviate menopausal discomforts. *Phytomedicine* (2010)
3. Heyerick et al., 2009.
4. Bolca et al. 2010; *Molecular Nutrition & Food Research*
5. Kohama et al. *J Reprod Med* 2013;58:39-46.
6. Effenberger et al. *The Journal of Steroid Biochemistry and Molecular Biology* 2005;96:387-99.
7. Humpel et al. *The Journal of Steroid Biochemistry and Molecular Biology* 2005;97:299-305.